SIN LÍMITES

Revista Cultural

ARTE • LETRAS • COMUNIDAD

EDICIÓN N.º 1

JUNIO 2026

ENTREVISTAS

POESÍA Y LITERATURA

ARTE Y FOTOGRAFÍA

RECETAS

ASTROLOGÍA

EFEMÉRIDES

COMUNIDAD

La cultura nos conecta, *las historias nos transforman.*

Un espacio sin límites

indice

4 CARTA DEL LECTOR
BIENVENIDA AL LECTOR Y COLABORADORES

6 EFEMERIDES
-Dia del perro.
-Martín Miguel de Güemes.
-Día de la Bandera.
-Ser padre hoy.

11 ENTREVISTA SIN LIMITES
A Elsa Urriza

15 UNIVERSO ILUSTRADO
Melany Melisa Delgado,Milagros Argañaraz, @artes.anias.mili.
" Yassu" .espacio del mini comic.

19 LECTURAS PARA CALMARTE
Agustina Mendoza

22 EL MUNDO DE AILEN
Aien Lancini

25 ALQUIMIA ES ARTE@DIGITAL
Rita Frank

28 CUANDO CREAR TAMBIEN SANA
Por Iris espejo del alma

30 LA PAZ
Lujan Diaz

33 GUIAS ESTELARES
Ercilia Morales de Verdaguer

37 PUBLICIDAD

41 ESPACIO PARA NUESTROS LECTORES

SIN LÍMITES
Revista Cultural

Sánchez María
Editor en Jefe
Directora Editorial

Conoce a nuestro equipo

Elsa Urriza Editora del contenido de
eferides
Ailen Lancini Editora del contenido
“el mundo de Ailen”

Ercilia Morales de Verdaguer, editora del espacio
de astrología: guías estelares

Rita Frank
Editora del Contenido del Espacio Alquimia
es arte@digital

Melany Melisa Delgado,Milagros
Argañaraz, @artes.anias.mili
artistas del Espacio “Universo ilustrado”

” Yassu" artista ilustradora del espacio del
“El Mini Cómic”

Del editor

"Las redes creadas desde la solidaridad y el acompañamiento tienen una fuerza transformadora".

Sin límites nace como una revista cotidiana, pensada para brindar un lugar a artistas, escritores, emprendedores y a toda la comunidad que desee compartir sus ideas, proyectos y creatividad.
Un espacio donde las voces de los columnistas, lectores y colaboradores puedan encontrarse, inspirarse mutuamente y construir una verdadera red cultural.
Esta revista invita a no limitarse, a creer en las propias ideas y descubrir que existen infinitas posibilidades para concretar sueños y proyectos.

Porque cuando muchas puertas se cierran, también podemos crear nuestros propios caminos: generar espacios donde nuestras voces sean escuchadas, nuestras letras plasmadas y nuestros proyectos visibles.
Creemos en la importancia de dejar puertas abiertas para otros. En no sentir que debemos adaptarnos a estructuras rígidas para poder expresarnos.
Aquí, lo nuevo es bienvenido, pero también aquello que conserva la esencia y el valor de lo tradicional.

La cultura crece cuando diferentes miradas pueden convivir y enriquecerse entre sí.Las redes creadas desde el arte, la solidaridad y el acompañamiento tienen una fuerza transformadora. Muchas veces un sueño parece lejano o imposible de alcanzar.
Y aunque desear algo profundamente no garantiza que suceda de inmediato, cada proyecto necesita tiempo, constancia y oportunidades para florecer.

Habrá momentos difíciles, pausas e incertidumbre, pero también pequeños instantes donde todo comienza a tomar forma.Que Sin Límites sea entonces un espacio para tus ideas, tu creatividad y tus proyectos. Un lugar donde descubras que también puedes crear tu propia revista, tu libro o tu camino artístico, apoyándote en una red construida desde el respeto, el intercambio y las ganas de crecer juntos.

María Sánchez

EDITOR EN JEFE

DÍA DEL PERRO EN LA ARGENTINA

Hoy se recuerda la historia de un heroico perro policía que ayudó a salvar a dos oficiales .

El Día Nacional del Perro se celebra cada 2 de junio en Argentina, una jornada dedicada a reconocer la importancia de los perros en la vida de las personas y a promover el cuidado responsable de los animales de compañía.

La fecha fue establecida en homenaje a Chonino, un perro de la Policía Federal Argentina que murió en cumplimiento de su deber el 2 de junio de 1983. Durante un operativo en el barrio porteño de Villa Devoto, el pastor alemán intentó proteger a su guía de un ataque armado y, antes de fallecer, logró obtener pruebas que permitieron identificar a los responsables del hecho.

Por Chonino, se fijó el 2 de junio como el Día nacional del Perro en la Argentina

el Predio de la Policía Montada cuenta con una estatua de bronce en su recuerdo

Con el paso de los años, la historia de Chonino se convirtió en un símbolo de valentía, fidelidad y servicio.

MARTÍN MIGUEL DE GÜEMES

17 DE JUNIO - DÍA NACIONAL DEL PASO A LA INMORTALIDAD DEL GENERAL MARTÍN MIGUEL DE GÜEMES

Nació en Salta en 1785, fue soldado desde muy joven y político. Fue gobernador de Salta y líder de la milicia gaucha que él formó, frenó múltiples avanzadas realistas protegiendo la frontera Norte.

Su liderazgo permitió a San Martín realizar el cruce de los Andes. Todo ello fue gracias a las donaciones de los mismos salteños y de él mismo.

El 6 de junio de 1821 fue sorprendido y herido de bala por un grupo de realistas. Rechazó ofertas de atención médica a cambio de entregar la ciudad. Agonizó en la Cañada de la Horqueta durante diez días y falleció el 17 de junio de 1821 a los 36 años, acompañado de sus gauchos. Es el único argentino fallecido en combate.

Todos los años los salteños hacen la vigilia al pie del monumento que lo recuerda, vestidos con el poncho y las lanzas en homenaje a él.

Por Elsa Urriza

DÍA DE LA BANDERA

HOMENAJE A UN SÍMBOLO DE UNIÓN Y LIBERTAD

Cada 20 de junio, en Argentina, se conmemora el Día de la Bandera en homenaje a Manuel Belgrano, quien falleció en esa fecha en 1820. Esta jornada recuerda no solo al creador de uno de los símbolos más importantes del país, sino también los valores de libertad, identidad y compromiso con la patria.

La bandera argentina fue creada por Belgrano en 1812, en tiempos de lucha por la independencia. Inspirado en los colores celeste y blanco de la escarapela nacional, izó por primera vez la bandera a orillas del río Paraná, en la actual Rosario, como símbolo de unión y esperanza para el pueblo.

Con el paso de los años, el Día de la Bandera se convirtió en una fecha de profundo significado para los argentinos.

En escuelas y actos oficiales se realizan promesas de lealtad a la bandera, especialmente por parte de los estudiantes, reafirmando el respeto y el amor por los símbolos nacionales.

Más que un emblema, la bandera representa la historia, la lucha y los sueños de un país que continúa construyéndose a través de su gente. Recordarla es también homenajear a quienes trabajaron por una nación libre, solidaria y unida.

SER PADRE HOY

Cuando la presencia vale más que las palabras

Ser padre es un arte que no se aprende en libros ni se domina de un día para otro.
Se construye lentamente, entre experiencias, desafíos, errores, alegrías y pequeños momentos cotidianos que terminan convirtiéndose en recuerdos eternos.

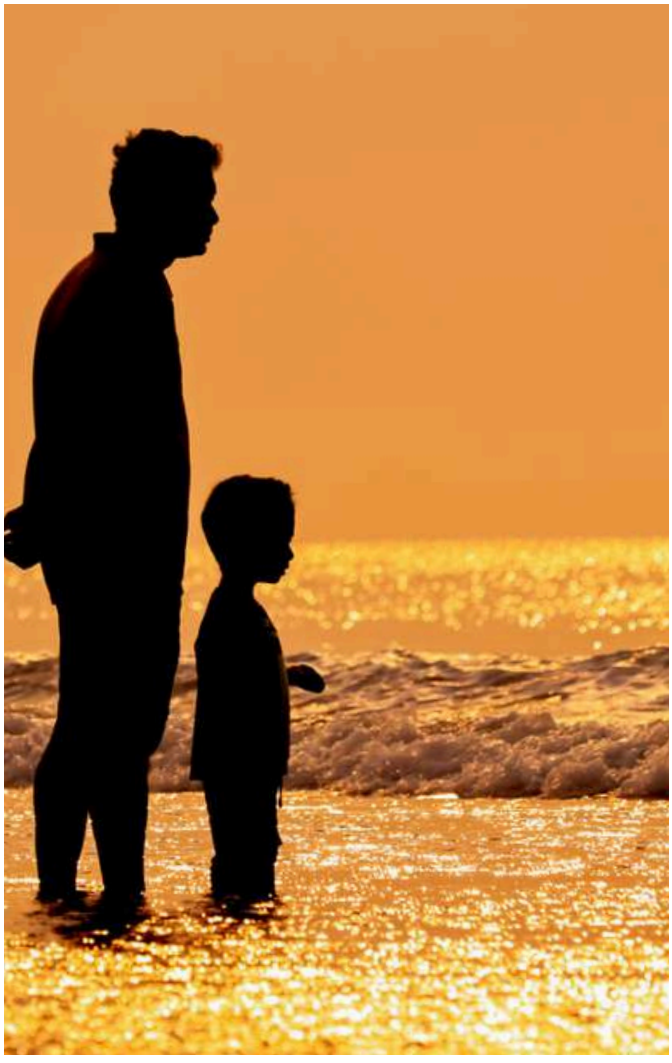
Hoy, la figura paterna también se transforma. En un mundo que cambia constantemente, las paternidades dejaron atrás antiguos modelos para abrir espacio a nuevas maneras de acompañar,escuchar, comprender y amar.

Ya no se trata solo de guiar, sino también de compartir el camino, aprender junto a los hijos y descubrir, día a día, nuevas formas de estar presentes.

El arte de ser padre vive en la paciencia de enseñar, en la fortaleza de proteger y en la sensibilidad de acompañar aun cuando las palabras no alcanzan.

Está en quienes sostienen con consejos, pero también en aquellos que lo hacen desde los gestos simples: una mirada atenta, una espera en la puerta, una mano en el hombro cuando todo parece difícil.

Porque ser padre no significa ser perfecto. Significa estar. Estar en las dudas, en las batallas cotidianas, en los logros celebrados con orgullo y en los silencios que también abrazan.



Muchos padres aprendieron que la ternura también es fortaleza y que el verdadero legado se construye desde la presencia, el respeto y el cariño cotidiano.

En este Día del Padre homenajeamos a quienes, con sus virtudes y sus imperfecciones, hacen del amor una obra diaria: los padres presentes, los que luchan cada día, los que cuidan en silencio, los abuelos que fueron padres dos veces y también aquellos que viven eternamente en la memoria y el corazón.

Porque ser padre no es únicamente un vínculo de sangre: es un compromiso del corazón, una huella que permanece y un abrazo que acompaña incluso a la distancia.

ENTREVISTA SIN LIMITES

Publicar un primer libro no es solamente cumplir un sueño: es animarse a mostrar una parte de uno mismo al mundo. Detrás de cada página hay emociones, miedos, aprendizajes y una voz que decidió no quedarse en silencio. Esta entrevista busca conocer el recorrido, las inspiraciones y los desafíos de una autora que da sus primeros pasos en el universo literario.

Por Sanchez María
Fotografía de Elsa Urriza

Nacio el 7 de enero de 1949 en tigre, pcia de ba.as.
estudio en la escuela primaria de escobar, y comenzó en el INSTITUTO NUESTRA SEÑORA DE LA COMPASION.Se recibió de maestra normal nacional.

Fue la primera promoción de maestras de dicho colegio y ejercicio en el mismo establecimiento durante 41 años.

Además, lo hizo en la escuela estatal n°4 y como preceptora en la escuela n°14.Siempre tuvo predilección por la lectura y además escribir poesías y cuentos, pero nunca de manera profesional.

¿Cuándo descubrió que quería escribir?

Descubrí que me gustaba escribir desde joven, pero siempre lo hacía para mí.

¿Recuerda el primer texto que escribió?

Recién de grande me animé a publicar mi primer libro, porque es la recopilación de mi vida; lo venía escribiendo hace mucho, pero ahora quería que quedara plasmada en un libro.
Participé desde 2024 en distintas antologías con temas distintos.

¿Qué la impulsó a comenzar este libro?

Con respecto a este primer libro, tengo que agradecer muy especialmente a dos personas. Una, a la precursora de la editorial NOMELIMITO, María Sánchez, y otra a la que preside Escobar Lee, Stella Netri, que me alentaron a escribir.
Inspiración y proceso creativo
¿En qué o en quién se inspira al escribir?
En general, cuando escribo tengo en cuenta lo vivido o lo que ocurre a mi alrededor; me cuesta lo fantástico, soy más realista.

¿Qué le diría a quienes sueñan con escribir un libro pero aún no se animan?

Con respecto a las personas que todavía no se animan a escribir, les digo: nunca es tarde para cumplir los sueños. Se lo dice una señora de 77 años que no dejó de perseguir mis sueños. ¡Hay que animarse!

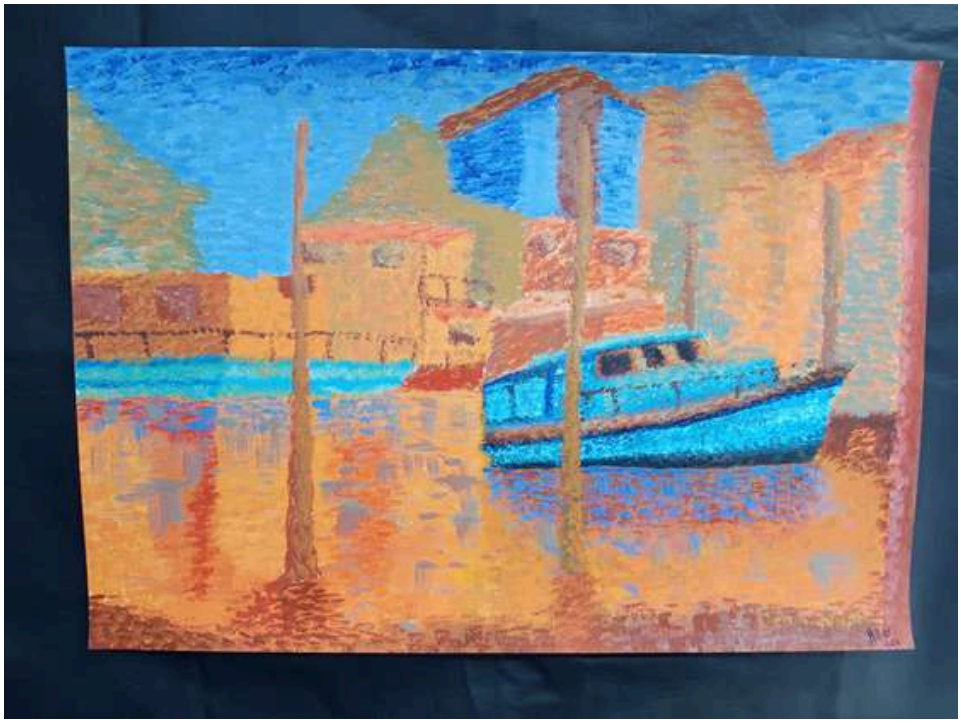
Lo digo por mi experiencia personal, ya que desde siempre era mi sueño conocer Europa. Lo hablamos siempre con mi esposo y ahorrábamos para eso. Desgraciadamente, él no pudo; se me fue antes, pero mi hija mayor quiso cumplir mi sueño ya que se lo prometió a su papá. Recorrimos en dieciocho días Roma, allí conocimos el Coliseo, el Vaticano, la iglesia de Santa María de la Asunción, la Fontana de Trevi donde tiramos la moneda como es la costumbre. Luego viajamos a Florencia, allí recorrimos la Toscana y llegamos hasta el mar Tirreno. Luego fuimos a Verona donde vimos la casa de Julieta, luego a Venecia donde sus calles son canales de agua, anduvimos en góndola, llegamos hasta el mar Adriático y recorrimos un poquito lo que es Roma.

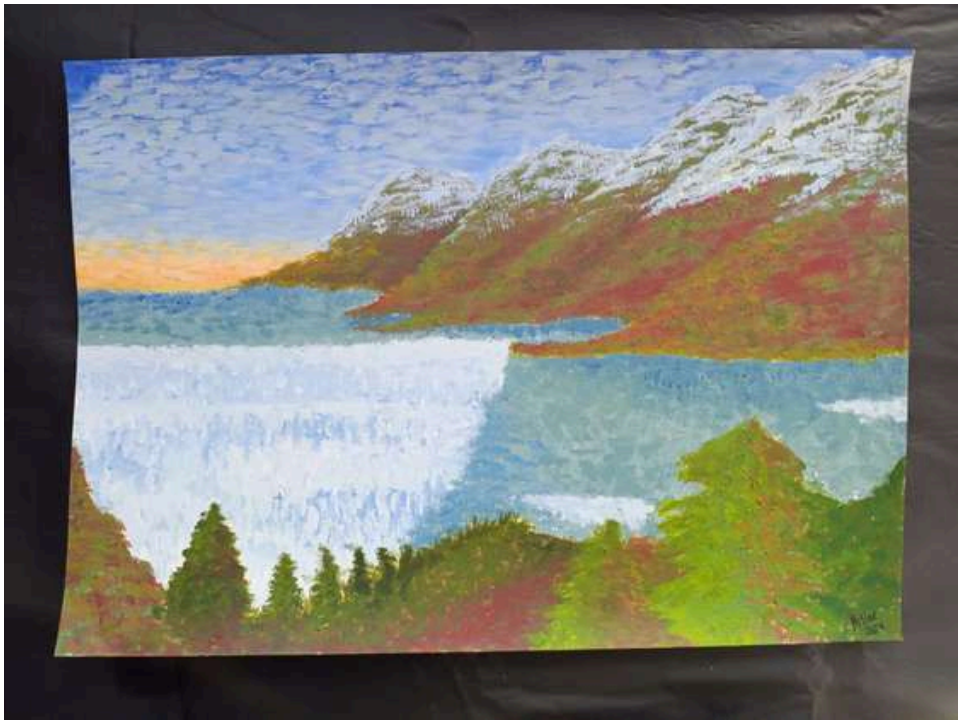
Luego tomamos un avión y nos fuimos a París, subimos a la Torre Eiffel. Recorrimos en barco el río Sena y vimos desde allí la catedral de Notre-Dame, el Arco del Triunfo, recorrimos los Campos Elíseos. Contemplamos la Torre Eiffel iluminada, hermosa. Después tomamos un tren hacia Barcelona; ni bien llegamos fue una sorpresa encontrarnos con la Basílica de la Sagrada Familia, algo impresionante, magnífica obra que todavía no se terminó. De allí estuvimos recorriendo Barcelona, la ciudad que es hermosa, justo había ganado el Barça, estaban de festejo. En otro tren fuimos a Madrid, llegamos a la Gran Vía que es la calle principal del lugar, luego vimos la Puerta del Sol, la Plaza de Oriente donde se encuentra el Palacio Real. También fuimos al Mercado de San Miguel que es un lugar donde se come, lleno de gente. A Plaza Italia y Cibeles.

Tomamos un tour guiado hacia Toledo, una ciudad hermosa, típica de España, donde fuimos a una plaza artesanal de joyas y armas (sables, espadas, cuchillos, hasta armaduras y pequeñas figuras, entre ellas Don Quijote y Sancho Panza porque en ese lugar Cervantes escribió Don Quijote de la Mancha). Regresamos a Madrid y así transcurrieron los dieciocho días que habíamos programado. Preparamos todo y fuimos al aeropuerto de Barajas que es enorme, regresamos a Argentina cansadas pero felices porque el sueño se había cumplido.

Universo Ilustrado

Cada dibujo es una ventana abierta a la imaginación. En este espacio, los colores, las formas y los sueños se unen para contar historias sin necesidad de palabras. Compartimos obras nacidas de la creatividad, la sensibilidad y la mirada única de quienes encuentran en el arte una manera de expresarse y dejar huella.





Instagram de pintura: @librearte_m.a
Instagram de grabado: @tinta.prensa

Biografía:
Mi nombre es Milagros Argañaraz,tengo 25 años,soy artista visual y estudiante de la carrera de Artes Visuales en la escuela de arte Ricardo Carpani. Mi producción pictórica se centran en el paisaje y la naturaleza, desde una sensibilidad de impronta impresionista donde la luz, la pincelada y la atmósfera de los entornos son las verdaderas protagonistas. A través de mis obras, busco capturar la esencia y la poética de los espacios naturales que me rodean. También domino otras formas de expresión plástico visual como el dibujo y el grabado.Actualmente resido y produzco en la provincia de Buenos Aires,zona norte.

Ecos de origen - el coral + tortuga = recuerdos de cuando todo era océano y éramos uno mismo.

Melany Melisa Delgado

@artes.anias.mili

El Mini Cómic

por" Yassu"

Calmarte

Por Agustina Mendoza

LECTURAS PARA CALMARTE

·En este espacio vamos a construir hábitos que te van a servir de guía para vivir una vida más lenta, que sobre todo sientas bienestar y te conectes con esas cosas que te hacen bien. A través de estas palabras te prometo que se puede abrir un mundo que no conocías en tu interior... ¿vamos?

Pip, pip, pip! Suenan las bocinas por todos lados, las alarmas en la cabeza tampoco se detienen. Todo parece ir a velocidad por dos a nuestro alrededor. Y es que no parece, lo hace.
Nos levantamos en un día cualquiera y es como si el tiempo se precipitara entre nuestras manos, se desborda, se derrite, se va.

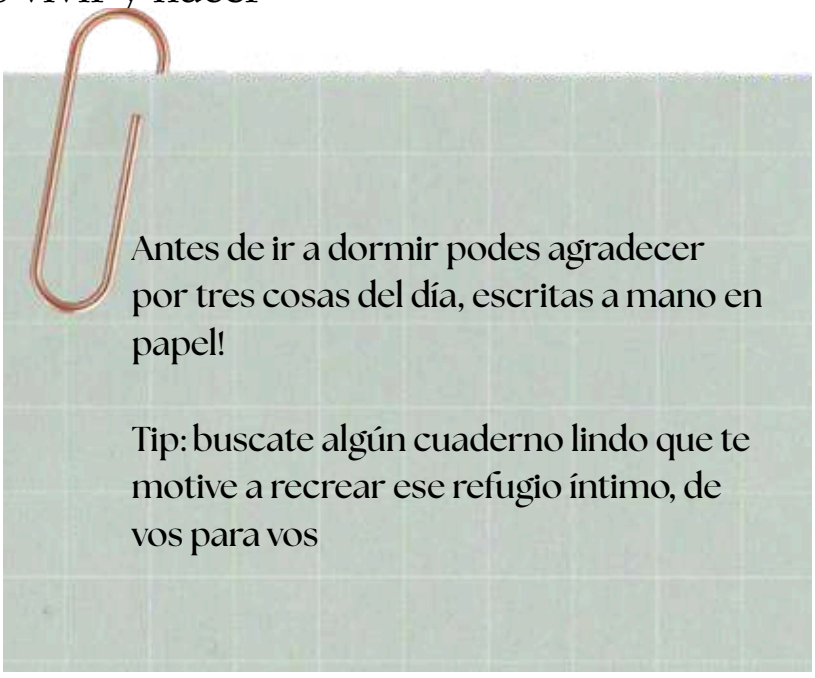
¿Cómo podemos vivir más despacio en una sociedad que parece invitarnos a correr cada vez más rápido? Sobre todo porque no es sostenible para nuestros cuerpos, físico y espíritu, seguir a este ritmo. Es preciso y urgente desacelerar.
Vas para acá y para allá sin siquiera pensarlo.

De repente te miras al espejo y es como si tu alma hubiese salido del cuerpo, estás despersonalizado, alienado. Volver a conectar con nuestro cuerpo y con las sensaciones que a nuestro alrededor nos estimulan es la forma necesaria para vivir con presencia.
Para dejar de hacer en modo automático y apretar así, la perilla de la consciencia. El túnel por el que vamos parece angostarse. Se achica la mirada, el olfato, la escucha, el sabor, la capacidad de la piel para sentir. La respiración se acelera con naturalidad y el pecho está como estrujado, contraído en el cuerpo. Algo mágico sucede de pronto.
Una luz se enciende en el centro de la cabeza y del corazón.
Nos damos cuenta que hay un freno que podemos apretar porque sino se rebalsa el sistema de todo lo que sentimos y no podemos discernir entre una cosa y la otra.

Despertamos. En ese eureka notamos que hay aire que va y viene desde el exterior, pasa por nuestras narices hacia nuestro interior y después hace el camino inverso. Respiramos profundo tres veces y algo se acomoda, paso a paso, en el cuerpo.
Se está comenzando a restablecer la conexión con el talismán de la energía que vibra ahí adentro, en cada uno de nosotros. Con este super poder el mundo empieza a sonar de otra manera. Vamos cambiando los lentes que tenemos y podemos ver cosas que antes no podíamos, no nos dábamos el permiso.
Los latidos ahora son pausados, tienen otra cadencia, ya no tienen apuro por llegar a ningún otro lugar. Solo están en el único espacio en donde pueden estar. El cuerpo.

La vía indisoluble a través de la cual vivimos la experiencia humana, atravesamos cada experiencia, habitamos el mundo de una forma digna, expansiva, creativa, intensa, placentera, y lo más natural posible.
Así, paso a paso, sin apuro, desde la calma, con atención en los detalles, con tropiezos, baches, retrocesos, vueltas e imperfección, empezamos a caminar este camino nuevo, que ya no se angosta, se ensancha, y en lugar de túneles que parecen no tener salida, se vislumbran puentes.
Empezamos a vivir momentos de serenidad. A darnos cuenta que hacer lento no es hacer menos, de hecho es vivir y hacer mejor.

Vivir más lento y con consciencia es revolucinario. Y el costo que pagamos es tener que educar a nuestras células a cada instante para no desconectarnos, es hacer menos, es ir en contra de una corriente que busca lo contrario. Caminar, no correr, en otra dirección. Vivir más lento nos devuelve salud y un mundo de posibilidades maravillosas que nos esperan, justo del otro lado de la comodidad. Hay que hacer unos pequeños esfuerzos. Para entrar en calor vamos a empezar con este simple y efectivo ejercicio.



EL MUNDO DE AILÉN

Por Ailen Lancini

EL LABERINTO DE LA MENTE

Un universo tridimensional de posibilidades que te invita a pasear por la cabeza de la persona que eliges ver. Sus gustos, códigos, arte y risas.
Su vida entera en un segundo dentro de ese cono de información que contiene su existencia.

Flashes incandescentes evocan recuerdos pasados, olvidados, que la mente intenta exterminar. Un día, ella intentó recordar quién era, pero las voces en su cabeza dieron vuelta el espejo para que no pudiera verse, dejándola a oscuras de sí misma.

Un sinfín de realidades pasan ante sus ojos vulnerables. Sus pupilas dilatadas no distinguen el brillo del sol del de las estrellas. Las luciérnagas lo siguen y lo distraen de su tan efímera existencia.

La música de fondo acompaña los momentos más insólitos de cada ojo que observa, viendo el todo de la nada misma.
Y en ese mar de emociones constantes, en tiempo irreal, da su último manotazo de ahogado.

Intenta no saltar al abismo, se corre de la puerta de ese avión, porque entiende que la salida está errada, que el pantano lo va a devorar antes de que pueda ver florecer la tan ansiada flor de loto.

Antes de dar el paso, esos flashes pasan a recordarle que, como estrellas, explotarán, dejando esquirlas de sueños por doquier, esparcidas en la lava de la esperanza que aún los recorre.

Tú observas cómo la mente juega, igual que en un tablero de ajedrez, sus mejores piezas y guarda a la reina —su esencia— en lo más profundo. Confunde a los peones del pensamiento para que se sacrifiquen por el rey y así provocar un jaque mate al sistema central, negando toda posibilidad de reseteo cerebral.

Mientras sus manos sangran por el filo de las cartas jugadas que van cortando su piel, despierta de ese sueño tan profundo y real. Vuelve a cobrar vida su sentir.

Su corazón jadeante se siente agotado; su respiración, agitada por el exceso de adrenalina, no lo deja pensar que su locura solo tapa, con sueños, su dura realidad.

De fondo, los tambores marcan el ritmo de su corazón. Cada latido expande más la telaraña que parece crecer a pasos agigantados, buscando enredar la coherencia con el amor. Porque todos sabemos que el corazón manda y la cabeza queda fuera de juego desde el primer instante.

Te das cuenta de que el reloj corre al revés cuando el pelo comienza a flotar, como en una nave sin atmósfera. Un silencio blanco irrumpe en los rayos de la tormenta lejana que cada segundo está más cerca. Y entiendes que el tablero ya no está, que perdiste a la reina, al rey, a tu ser, en ese agujero de gusano en el que el alma se metió cuando firmó el pacto con el diablo buscando reparo en Dios.

Tras ese escudo de sueños impuesto por las píldoras sociales, se doblega ante la vida y su mente, arrancando cada hoja de recuerdos que lo evocan a quien una vez supo ser.

En ese laberinto de paredes que se esconden y puertas que se sellan, detrás de ese espejo y píldoras revueltas, está el narcisista que renació entre las cenizas como el ave fénix, después de que el fuego lo consumió.

Pero el loco jugó la última carta y, con el mago, alquimizó la bebida del narcisista, matando su energía y dando lugar al loco que es hoy.

En ese preciso instante, el tiempo se deforma definitivamente.
Tú, que al principio elegiste entrar a pasear por este universo, te descubres ahora como un espectador mudo, sintiendo el impacto frío de ver la transmutación final frente a tus ojos, mientras los restos de la batalla caen al vacío.

Al final, cuando la tormenta se consume, no queda más que ese espacio vacío, el zumbido sordo de una pantalla sin señal y el eco lejano de un tambor que, lentamente, deja de latir.

Ailen Lancini

De Villa Gesell, Buenos Aires, Argentina.
Escritora, Ama de casa.
Le gusta el diseño gráfico y escribir.
Es integrante del colectivo literario Explosión de Letras.
Ha participado de ferias del libro virtuales internacionales.
participo en varias Antologías.

Alquímiaesarte@dígital

Bienvenidos al "Rincón de alquimiaesarte@digital
— Dónde todo se transforma cuando llegan los artistas—

Pasarán por aquí dejando huellas: Poetas, escritores, cantantes, cuentistas, músicos, narradores, magos, bailarines, comediantes, humoristas, artistas plásticos y todos aquellos que quieran
sumar su arte al espacio.
Alquimia nació en septiembre del 2023, desde las ganas de compartir la pasión por la poesía, pero con la idea de hacer extensivo el espacio a todas las disciplinas que quisieran sumarse. Primero fue una reunión de tres amigos y hoy son más de treinta artistas los que comparten cada encuentro, y no para de crecer.
Espacio Alquimia es un lugar privado que funciona a pulmón, en Ingeniero Maschwitz- La Capital Mundial del Amigo- y está abierto a todas las personas que quieran compartir su arte o simplemente sumarse como público. Para más info comunícate al 348-4-205203 o a @alquimiaesarte en Instagram.

Rita Frank

LA MAGIA

Arrancamos la primera edición con mucha magia, presentando a "Fede el Mago"

Mi nombre es Federico Puricelli, tengo 40 años, vivo en Pilar (Bs. As.) y soy mago. Hoy así me considero, luego de mucho tiempo de creer que no era merecedor de ese nombre, hasta darme cuenta de lo que es la magia. Pensaba lo mismo que todos, que era desaparecer y aparecer cosas, y que si no lo realizabas bien, no debías ser llamado mago.

"La gente quiere soluciones mágicas para su vida, pero nadie cree en la magia". Es que justamente esta no es aparecer billetes o desaparecer una suegra, como me piden cada vez que voy a una mesa a hacer magia de cerca en un evento.

Yo digo siempre que "la magia no son solo trucos que hacemos los magos, sino que la tenemos día a día en nuestras vidas"

Desde presenciar un atardecer que pinta el cielo de colores, la capacidad de una semilla diminuta para convertirse en un árbol imponente, dos personas que se miraron por primera vez y no se volvieron a separar, el nacimiento de un hijo.

Hoy comprendí que un mago es aquel que le muestra a las personas la verdadera magia. Crean en ella y disfrútenla, porque siempre los va a sorprender.

Yo puedo decir que encontré la magia en mi vida, espero que cada uno de ustedes, la encuentre en la suya.

En alquimia habitan duendes
esos, que quedan levitando en los sonidos cuando se van los músicos.

La poesía personifica en cada pétalo del pequeño jardín y en cada rama del árbol se esconden los cuentos y los relatos, que en las noches se escuchan como musas tomando vida.

Las pinturas dejan su esencia pegadas a la pared y las esculturas juegan a la escondidas asomando sus cabezas.

En alquimia se tejen hilos formando una gran telaraña que con magia atrapa plumas arcoíris y sueños.

Esos mismos sueños que sueñan con una cercana realidad.

Rita Frank

Así fueron los comienzos, allá por el 2023...
En las fotos: Gonza. Martyn Inneo y Norman Engel, algunos de los pioneros del Espacio.

CUANDO CREAR TAMBIEN SANA

Por Iris espejo del alma

Vivimos en un tiempo donde todo parece ir rápido. Las exigencias, las pantallas, las preocupaciones y las responsabilidades muchas veces nos desconectan de nuestra propia esencia.

En medio de tanto ruido, el arte aparece como un refugio. Un espacio íntimo donde el alma puede expresarse sin explicaciones ni exigencias.

Crear también puede ser una forma de sanar. Cuando pintamos un mandala, escribimos lo que sentimos, armamos un amuleto o simplemente dejamos que las manos se muevan libremente, algo dentro nuestro comienza a ordenarse.

A veces no encontramos palabras lo que nos pasa, pero si encontramos colores, formas, texturas o símbolos que hablan por nosotros.

El arte terapéutico no busca perfección .

No importa si no sabemos dibujar, escribir o crear “ bien”. Lo importante es permitirnos sentir. Cada trazo cada palabra y cada reacción se convierte en un puente hacia nuestro mundo interior.

Muchas veces cambiamos emociones guardadas, tristezas antiguas o pensamientos que no sabemos como liberar. La creatividad nos ayuda a transformar eso en movimiento, expresión y conciencia.
Crear nos conecta con el presente, con el cuerpo y la sensibilidad que tantas veces dejamos olvidada.

También hay algo profundamente ancestral en el acto de crear con las manos.

Desde tiempos antiguos, las mujeres y los pueblos originarios utilizaba el arte, los símbolos los rituales para sanar, celebrar y transmitir sabiduría.
Hoy , volver a crear puede ser también una manera de volver a nosotras.

No hace falta hacer grandes rituales. A veces alcanza con encender una vela, respirar profundo y regalarnos unos minutos para expresarnos en silencio.

Porque en cada acto creativo hay una pequeña medicina para el alma.
Quizás sanar no siempre sea entender todo lo que sentimos. Quizá sanar también sea permitirnos crear.

“TODO ACTO CREATIVO PUEDE CONVERTIRSE EN UN RITUAL”

La paz

Luján Díaz

Son solamente oportunidades para desafiar nuestros conocimientos, de cómo aprender a afrontar y desarrollar con jerarquía. La paz es el lenguaje lleno de misterios, es como un atardecer donde se embriagan los sentidos, es esa noche constelada que convierte la vida en algorítmica. La esencia más profunda que ya habita en el ser humano, esa búsqueda incesante, ¿dónde hallarla, dónde buscarla?

Cada uno tiene su propio recorrido hacia ella. Como imaginas, la paz empieza por mí, mis acciones en la voz, en cómo reacciono hacia cada circunstancia de la vida, concientizando y brindando posibilidades sin el gozo de críticas, sino constructivas. Ese estado de sabiduría y claridad del alma, en lo espiritual, es la base fundamental para una buena calidad de vida. Sabemos que tenemos las palabras y con ellas sabemos cómo afrontar el mundo, haciendo de ellas nuestra arma.

Esa constante lucha de cambiar el mundo, pero ya nos preguntamos cómo hacerlo, desde dónde empezar. Entonces va desencadenando ese conflicto interno y externo; somos personas con un alto nivel de recursos.

Siempre tenemos que tener una mirada más allá de lo que nos rodea; no pensar que todo lo que nos sucede en la vida es para mal. Está en nosotros hacer el clic. Somos personas que, de alguna manera, estamos muy reprogramados, acumulando constantemente.
Eso nos limita a tener un estado más activo en nuestra personalidad.

A causa de estar tan tensos o limitados, a veces reaccionamos de diferentes formas. Yo creo que tenemos una balanza donde ponemos lo primordial y lo secundario para que no nos afecte tanto nuestra ruta diaria, y así lo hacemos cómplices de nuestros momentos confusos.

Hay muchas maneras de cambiar nuestra personalidad. Saber que nada en la vida pasa por casualidad es ahí donde debemos tener puesto el foco y lograr, dentro de nuestras habilidades, lo positivo de la causa.

La mente es una herramienta que necesita y debe estar compuesta por nuevas rutas. Tener el absoluto manejo de nosotros mismos y los conocimientos nos permite mantenernos seguros y equilibrados. Ese también es un estado de paz mental que hace que nada pueda quitarnos todo lo que va surgiendo; no es nada más que para nuestro propio autoconocimiento y para volvernos nuestra propia base, y así ir ayudando a muchos otros que están en esa búsqueda.

El mundo está hecho de cosas que nos proporcionan herramientas para comprometernos más con nosotros mismos, sumergiéndonos en la profundidad del conocimiento intelectual único y personal que se basa en nuestra fuente de vida, abriéndonos caminos. Hay cosas que debemos dejar ir para poder crear algo nuevo. No somos una red en la que podemos sostener todo, sabiendo que siempre va a sucedernos algo bueno.

Hacia lo correcto, está en nosotros darnos cuenta de no volver atrás. No se trata de andar por la vida sin importarnos nada, sino de llevar cosas necesarias, saber que tenemos ese apoyo interno que nos va guiando, no contaminar tanto la mente.

Somos esencia hecha para ser descubierta con un solo propósito: ser felices. Saber que ya tenemos absolutamente todo; solamente falta despertar esa magia infinita con la cual fuimos creados. Saber lo que es ocasional en nuestras vidas y lo que realmente importa, no involucrarnos tanto; no hay necesidad. Debemos organizar nuestros estados emocionales, limitantes, y dejar fluir para que la paz se encuentre siempre activa en nosotros.

Tenemos miles de oportunidades para cambiar, un nuevo renacer, corregirnos y no aferrarnos a nuestra irracionalidad. Esa es la trasmutación que hace el alma desplazándose hacia nuestro ser interno, donde persigues y encuentras tus manejos, ese éxito continuo de la vida, en cada uno de sus áreas internas.

Bajo el replanteamiento, empujados por la reflexión, percibimos la conexión de mente y alma; es ese sostén que desenreda nuestra vida y nos damos cuenta de nuestras infinitas habilidades sumergidas en esa fosa que tiene el alma entre sus habitaciones que en algún momento decidimos reparar. Hay algo más allá de nuestro pensar y rompemos ese mapa que nos hacemos, sin permitir muchas veces salir de ese límite geográfico que se hace en la propia mente. Cambiamos esas rutas y renovamos nuestras vidas.

Es muy importante mantenernos abiertos y flexibles, abrir esas ventanas del alma para que pueda ingresar esa luz y poder encontrar esos espacios que a veces están sin ser inspeccionados, donde a veces nuestras relaciones son por esa falta de conocimiento de nuestro ser.

Esa personalidad, conocernos de manera más profunda, saber hasta dónde estamos dispuestos a ir, eso nos enseña cómo plantarnos ante cada situación y reacción.

Estamos muchas veces contaminados de pensamientos innecesarios que no nos permiten encontrarnos en realidad y sabotean nuestras capacidades, entregando nuestros recursos sin saber. Nuestra mente está más activa que nuestra propia alma; entre esa guerra y calma hay ese clic que se activa llamándonos de regreso a nosotros y nos lleva a conectar con nuestra propia y única identidad. Somos seres llenos de luces y esencias, listos para abordar en cada uno.

Que es la paz, o donde a veces lo estamos buscando? o queremos ir detrás aunque lleguemos o creemos que llegamos tampoco perdura, la paz es eso que ya ha venido desde nuestros nacimiento.
Todo va en el despertar de nosotros y conectar con lo que realmente somos ,hay en si una voz que susurra muy bajito atraves de nuestro corazón es darlo alas permitirnos ser guiados por eso que sabe tanto ,pero estamos acostumbrados a los mandatos de la mente que está continuamente activada sin razón , debemos permitirnos apreciar más todo lo que está en nuestro alrededor que también nos está dando una enseñanza una posibilidad , estar atentos a esas bendiciones inmensas cuantos más posibilidades haya en nuestras vidas de danzas y huele a libertad .

Que es la paz? es eso el lenguaje de tus palabras, La sonrisa que expresa en un mutuo silencio.La paz es esa fuerza interna; estamos aferrados a los miedos y a los pensamientos. Nos encontramos todo el tiempo preocupados, exigiendo nuestros estados humanos.

Ya no nos tomamos el tiempo necesario para nosotros mismos. Vamos por un camino donde solamente corremos, a veces sin detenernos, sin obtener las respuestas exactas hacia las que queremos alcanzar. Vivimos en un mundo de muchas prisas donde no nos permitimos caminar y apreciar la vida. Olvidamos que, hagamos lo que hagamos, nada va a acelerar nuestros objetivos, sino que todo va a ser cuando tenga que suceder. Todo está hecho con un tiempo; solamente llegará cuando sea el momento.

Nuestro propósito, yo creo, es vivir ese momento diario, fluir, porque es de la única forma en que podemos percibir cómo va surgiendo la vida en el flujo continuo de la paz que nos lleva a ser seres pasivos y de infinita sabiduría. También nos da la posibilidad de poder percibir las bendiciones que hay para nosotros y que llegan de diferentes maneras. Solamente tenemos que ser conscientes y estar bajo el flujo de esa inmensa paz que habita en algún lugar de nosotros. Los invito a encontrarlo y disfrutar y compartir con nuestros semejantes ese estado inexplicable.

GUIAS ESTELARES

Ercilia Morales

Tendencias para cada Signo: Junio 2026

EL SIGNO DEL MES: GÉMINIS

Planeta regente: Mercurio
Elemento: aire,
Cualidad: mutable
Polaridad: Yan, (masculino)
Carta del Tarot Los Amores y El Mago.
En Cábala: Zefira Hod
Color: amarillo claro
Metal: mercurio
Piedra: Ágata y turmalinas.

PRONÓSTICOS DE JUNIO 2026

ARIES:(21 de marzo al 19 de abril) Desde febrero, te están visitando Saturno y Neptuno, y estarán aquí durante 2 años y medio el 1º, aportando responsabilidad, pruebas y limitaciones, y el 2º lo hará por 16 años, u aportará una visión más espiritual de la vida y menos individualismo. Quirón, te mostrará las heridas del pasado, para que las puedas superar. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Leo, y su regente, el Sol en Casa III, te traerá junto a Urano, cambios positivos y repentinos en el amor y con el entorno. En las ganancias: Tu Casa II en Tauro, y su regente, Venus junto a Júpiter, en III, te traerán beneficios en la comunicación, el comercio, el entorno y los viajes cortos. Con Marte presente, en cuadratura a Plutón, habrá desafíos, riesgos y luchas de poder con amigos.

TAURO:(20 de abril al 21 de mayo)Venus, tu regente, en tu Casa III, Cáncer, te favorece en la comunicación, los hermanos, el entorno y el comercio. Con el sextil a Marte, se potencian las relaciones armoniosas y apasionadas. Pero, además, con la cuadratura a Plutón habrá luchas de poder y tensiones desde tu área de la profesión. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Virgo, y su regente, Mercurio, en III y junto a Venus en sextil a Marte, favorece las relaciones afectivas, el deseo, y la armonía Con Júpiter también aquí. En las ganancias: Tu Casa II en Géminis, y su regente, Mercurio, beneficia las actividades en la comunicación, los traslados y el comercio. El Sol y Urano también presentes aquí, indican renovación, novedades e iniciativas inteligentes para las ganancias.

GEMINIS: El Signo del mes, ¡Feliz Cumpleaños Géminis! El Sol y Urano en tu Ascendente. El Sol te trae vitalidad, alegría y conciencia, mientras que el segundo permanecerá durante 7 años, trayendo cambios inesperados, creatividad, inventiva y nuevos despertares a tu vida. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Libra, y su regente Venus, en sextil con Marte, favorece las relaciones amorosas, el deseo, la pasión y la armonía, aunque en parte, el amor dependerá de las finanzas. En las ganancias: Tu Casa II en Cáncer, recibirá la Luna Nueva el 14 de junio, que será el inicio de un proyecto para generar ingresos beneficiosos. Con Mercurio, tu regente en esta Casa, más Venus y Júpiter, estarás favorecido para lograr todos tus objetivos, y con mucha suerte.

CÁNCER: El 14 de junio, se formará la Luna Nueva en tu Casa XII, lo que será positivo para iniciar una terapia psicológica, estudiar ocultismo, o alguna tarea en aislamiento. Con Venus y Júpiter en tu signo, la suerte estará de tu lado. Con Mercurio, tenderás a hablar y evaluar las novedades que vayan apareciendo. En las ganancias: Tu Casa II en Leo, y el Sol junto a Urano, en trígono con Plutón, traerá beneficiosas transformaciones en la forma de adquirir tus ingresos. El 14 de junio, Venus pasa a Leo, y favorece la posibilidad de ganancias. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Escorpio, y sus regentes, Marte y Plutón, en cuadratura, traerán tensiones, crisis y luchas de poder, pero también Marte en sextil a Venus favorecerá las relaciones de amor apasionadas.

LEO: El Sol, tu regente, en tu Casa XI, favorecerá las relaciones con los grupos, amigos y esperanzas. Junto con Urano, traerá renovadas amistades intelectuales y de vanguardia. Desde el 14 de junio, Venus te traerá deseos de destacarte, magnetismo y elevada autoestima. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Sagitario, y su regente, Júpiter en tu Casa XII, en Cáncer, junto a Venus, te traerán un período de paz, amor y añoranzas del pasado y los ancestros, y podrías realizar algunas tareas artísticas, pintura, música o yoga, o una terapia psicológica. En las ganancias: Tu Casa II en Virgo, y su regente, Mercurio, en XII te beneficiará en actividades en aislamiento, como por ejemplo escribir, hacer yoga, preparar cualquier tarea, trabajo digital, o de salud.

VIRGO: Mercurio, tu regente, estará en tu Casa de los amigos, agrupaciones y anhelos, y traerá gratos encuentros y comunicación por el sextil a Quirón, pero habrá que tener cuidado con los falsos amigos y las traiciones, por la cuadratura a Neptuno. El Nodo Sur en tu signo, te sugiere dejar rutinas que ya están obsoletas. En las ganancias: Tu Casa II en Libra, y su regente, Venus, se encuentra en tu zona de amigos y eso significa que ellos te serán de utilidad para el logro de tus ganancias. Junto con Júpiter, mucha suerte y beneficios de parte de las amistades. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Capricornio, y su regente, Saturno en Aries, con un sextil a Plutón, aportará transformaciones positivas, responsabilidad, y estructuras en esta área.

LIBRA: Venus, tu regente, en tu área de la profesión, junto a Júpiter, te beneficiarán por su natural esencia positiva. En tu área de la pareja y socios, Saturno y Neptuno en Aries desde febrero, te presentarán nuevos desafíos. En especial Saturno traerá limitaciones, pruebas y retrasos. En el Amor y la creatividad: Tu casa V en Acuario, con Plutón aquí presente por muchos años, irá transformando esta área de tu vida y su regente, Urano en tu Casa IX sumado al Sol, te traerán posibilidad de viajes largos, asuntos del extranjero, diversión y creatividad. En las ganancias: Tu Casa II en Escorpio, y sus dos regentes, Marte y Plutón, al estar en cuadratura, pueden traer tensiones y luchas de poder, entre tu pareja o socios y tu hogar, familia o propiedades.

ESCORPIO: la luna nueva Marte y Plutón, tus dos regentes, se encuentran en tensión, entre tu pareja y tu hogar, y esto producirá luchas de poder y transformaciones, tanto exteriormente como en tu interior. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Piscis, y su regente, Neptuno en Aries. Tu profunda forma de amar, se vuelve más individualista, para adaptarse al signo donde se encuentra, y debe manifestarse los próximos años. Mientras Saturno acá, creará estructuras que contengan la parte emocional, con responsabilidad y aprendizaje. En las finanzas: Tu Casa II en Sagitario, y su regente, Júpiter, te beneficiará desde tu zona del extranjero. Los viajes largos, los procesos judiciales, como también los estudios superiores, y las creencias religiosas.

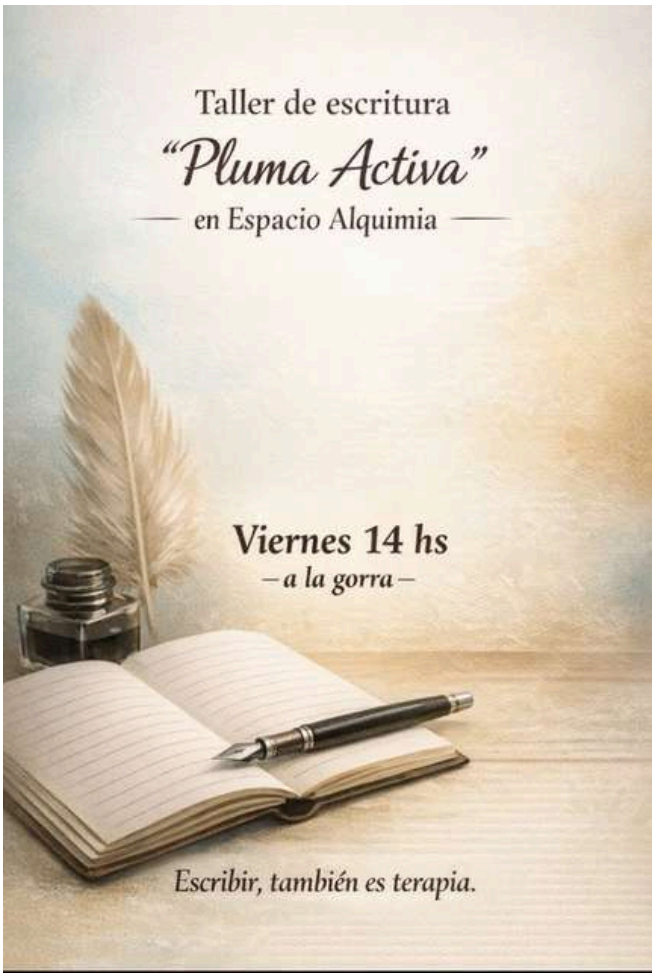
SAGITARIO: Tu regente, Júpiter junto a Venus, en tu área del dinero del cónyuge y/o de los demás, te habla de suerte para pedir y conseguir dinero, buenas inversiones y ahorros. En el amor y la creatividad: En la Casa V, tienes la visita de Saturno y Neptuno, desde febrero, y el 1º se quedará aquí durante 2 años y medio, trayendo responsabilidades, pruebas y limitaciones. También tu Casa V en Aries, y Marte, en sextil a Venus, estimulará el deseo, la pasión y la armonía en las relaciones. En las ganancias: Tu Casa II en Capricornio, y su regente, Saturno en Aries, te asegura acción e iniciativas, para el logro de tus objetivos, también Marte en cuadratura a Plutón, traerá luchas de poder, crisis y tensiones entre tu entorno y tus colegas de trabajo.

CAPRICORNIO: Tu regente, Saturno, en tu área del hogar, aportará durante dos años, responsabilidades, aprendizajes y estructuras aquí. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Tauro, y su regente, Venus, junto a Júpiter, los dos benéficos mayores, en tu área de la pareja, socios y el público, aportarán buenas energías en las relaciones, muy buena suerte y acuerdos con ellos. Mercurio aquí también, traerá divergencia de opiniones, conversaciones y planteos relativos a los intereses. En las ganancias: Tu Casa II en Acuario, y su regente, Urano, que estará los próximos 7 años en Géminis, tu área de las rutinas, la salud, la forma de trabajo, (y este mes también junto al Sol) promete nuevas formas de ganar dinero, inventiva, cambios repentinos y epifanías.

ACUARIO: Tu regente, Urano, permanecerá durante 7 años en Géminis, y ejercerá su influencia renovadora, creativa y actualizada, para tu vida. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Géminis, y su regente, Mercurio, junto a Urano, te traerán inspiración para crear, escribir, también noviazgos ultramodernos e intelectuales, renovación en la actividad de tus hijos aplicada a redes, informática, IA y todo lo relacionado con Internet. En las ganancias: Tu Casa II en Piscis, y su regente Neptuno (y Júpiter) ahora en Aries, te induce a actuar con más iniciativa y empuje, y a ser más individualista y te beneficia en las actividades relacionadas con los metales, el fuego, la cocina,
el vidrio, el deporte y la acción pionera en general.

PISCIS: Neptuno, tu regente, en Aries, hasta 2033, te vuelve más autosuficiente y con ideas de crear y de tomar iniciativas en general, y también en movimientos religiosos, o humanistas. En el amor y la creatividad: Tu Casa V en Cáncer y la Luna, formará una Luna Nueva del 14 de junio, en Géminis, tu Casa IV, y te inducirá benéficamente para comenzar e ir desarrollando durante 6 meses, un nuevo hogar, una nueva casa, una nueva familia. En las ganancias: Tu Casa II en Aries, y con Marte en Tauro, sextil Venus, será muy bueno para las ganancias en temas de comidas, el canto, y lo relacionado con los sentidos. También habrá luchas de poder por la cuadratura a Plutón en tu área de los ancestros, los enemigos ocultos, la salud mental y/o psicológica.

PUBLICIDAD


Taller de escritura
"Pluma Activa"
en Espacio Alquimia
Viernes 14 hs
– a la gorra –
Escribir, también es terapia.

Taller
HOLÍSTICO
PRIMER ENCUENTRO
TEMA
Mandala
EN ESPACIO
ALQUIMIA
DIRECCIÓN
Córdoba 951,
Ingeniero Maschwitz
HORARIOS
10.30 o 15 horas
Cada 15 días, los sábados
FACILITADORA
Iris
PARA CONSULTAR
TODA SU INFORMACIÓN
COMUNICATE AL
1126-97-48590

GUIAS
ESTELARES
Ercilia Morales
Cursos de
Astrología
Tarot
Cábala
Alquimia
I-Ching
Herramientas ancestrales
para el autoconocimiento,
la orientación espiritual
y el crecimiento personal.
Consultas
personalizadas
Consultas:
11- 3523 3817

¿Tu casa te genera estrés en vez de descanso? A veces ese ruido visual es porque nada conecta, te enseño a lograr ese orden. Soy arquitecta y te ayudo a que dejes de adivinar y empieces a invertir bien en tu espacio.

Tengo 3 niveles de asesoría que se ajustan a lo que necesitás y a tu presupuesto hoy:

✅ Plan Básico: Para una transformación express. Recibís diagnóstico, lista de compras y guía de colores. ¡Rápido y al punto!

✅ Plan Intermedio: Sumamos planos 2D con medidas exactas y distribución funcional para que entiendas tu espacio antes de mover nada.

✅ Plan Premium: La experiencia total. Mirás tu espacio terminado en 3D antes de gastar un solo peso en materiales o muebles.

No importa el tamaño de tu proyecto, hay un plan para que logres esa coherencia visual que buscás sin errores caros ni frustraciones.

Escribíme, yo te guío. 📲 +54 9 2473 46-2153

libros en venta impresos y digitales

EDITORIAL
NO ME LIMITO
PROYECTO:
MI LIBRO GRATIS
¿NUNCA PUBLICASTE?
¡TU IDEA PUEDE VER LA LUZ!
Cover & Back Design
Corrección
Diseño Interior
Regalo de un Ejemplar
en Físico y Digital
WWW.NOMELIMITOEDICIONES.COM | FACEBOOK: NOMELIMITO EDITORIAL
WhatsApp: +54 9 3484 30-2177 | +54 9 11 3610-3114

EDITORIAL
NO ME LIMITO
¡DESCARGA Y LEE GRATIS!
ANTOLOGÍAS DIGITALES DIVERSAS
ANTOLOGÍAS DIVERSAS
LECTURA DIGITAL INMEDIATA
GRATIS
ACCESO 100% GRATUITO
TEJIENDO COMUNIDAD Y SOLIDARIDAD
+ WWW.NOMELIMITOEDICIONES.COM
+ +54 9 3484 30-2177
+ FACEBOOK: NOMELIMITO EDITORIAL
+ +54 9 11 3610-3114
No me limito ediciones - Tienda Virtual

¡Conectemos!
EDITORIAL
NO ME LIMITO
TEJE REDES, CREA COMUNIDAD
DE SOLIDARIDAD
Ediciones independientes
Historias que inspiran
Autoras y autores que transforman
Correo electrónico:
nomelimitoediciones@gmail.com
WhatsApp:
+54 9 3484 30-2177
o al
+54 9 11 3610-3114
Tu voz importa. Tu historia cuenta.
NO TE LIMITES, ESCRIBE TU CAMINO.
Te acompañamos en cada paso
de tu camino como autor.

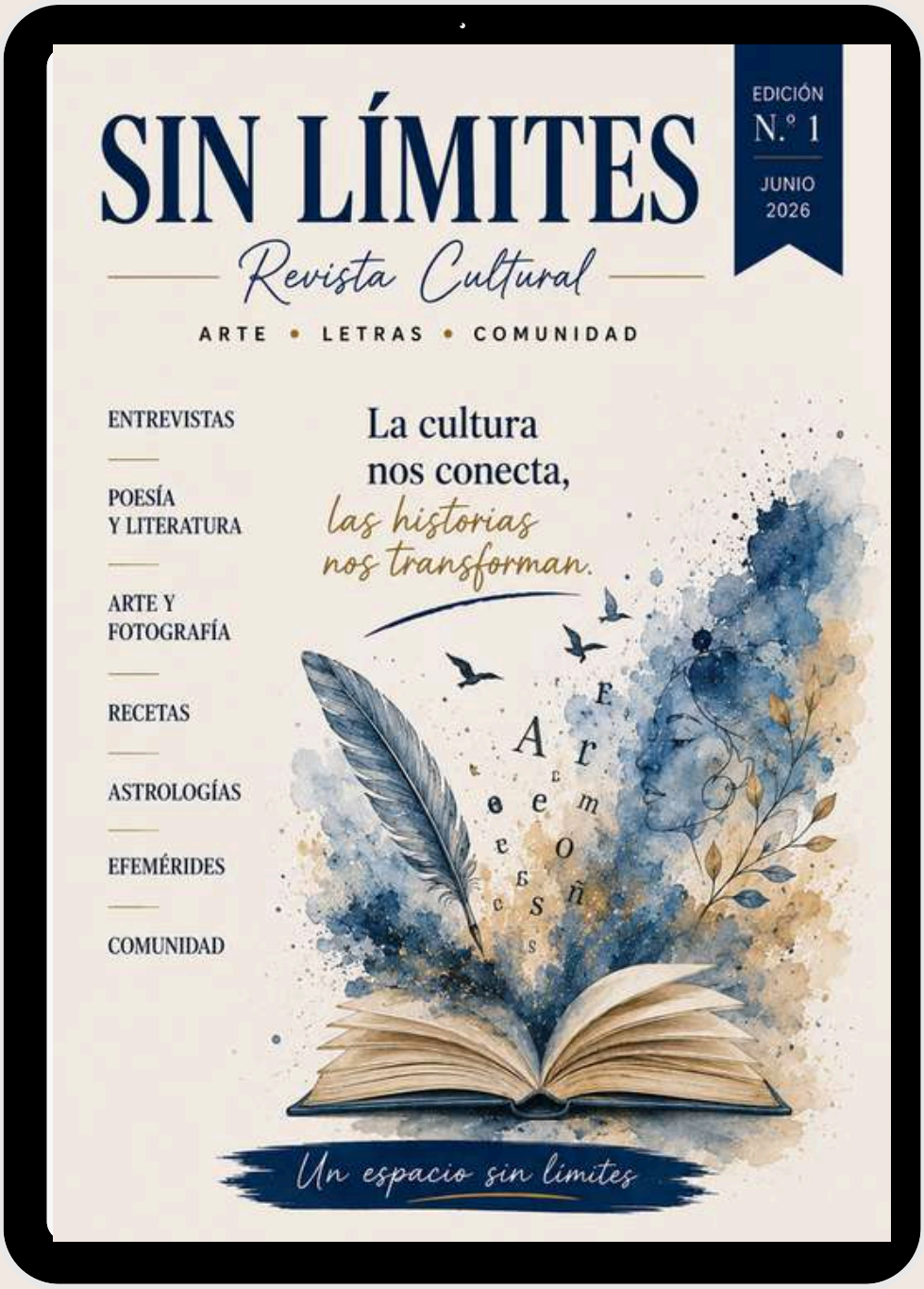
espacio para nuestros lectores

Cualquier tipo de mensaje, saludo, fotografía o dibujo que deseen, ¡no se pongan límites en su creatividad!

¡No te pierdas ninguna edición!

No me limito ediciones - Tienda Virtual

Calaméo - Publicaciones



www..nomelimitoediciones.com

próximo número el 2 de julio